

Adresse

Lukassaal im Lukaszentrum, Morgartenstrasse 16,
6003 Luzern

Team

Achim Möbes

Yvonne Guetg

Heidi Müller, Mail: hm.seeburg@outlook.com

Freier Eintritt. Keine Anmeldung erforderlich.

www.reflu.ch/luzern-stadt



L'Après-Midi

Referate und Diskussionen für Menschen,

- die Neues erfahren wollen
- die sich gerne austauschen
- die das Leben lieben

Mittwoch

15. Januar, 19. März und 18. Juni 2025

15–17 Uhr

Lukassaal im Lukaszentrum, Luzern

Mittwoch, 15. Januar 2025, 15–17 Uhr **Schritt für Schritt Abschied nehmen**

Rituale als Hilfe bei Trauer und Abschied

Sterben und Tod sind heute weitgehend aus dem Alltag verdrängt. Sie gelten in unserer Gesellschaft als ganz persönliche Angelegenheit. Rituale, wie Menschen in der Trauer zur Seite zu stehen, sind uns abhandengekommen. Auf nichts sind wir deshalb im Leben weniger vorbereitet, als auf die Tatsache, dass unser eigenes Leben und das Leben der Menschen, die wir lieben, ein Ende haben. Gleichzeitig werden sich zunehmend mehr Menschen bewusst, dass Sterben und Tod in unser Leben zu integrieren sind. Abschiedsrituale sind dabei eine wichtige Stütze. Wenn alles brüchig und haltlos geworden ist, helfen Rituale und Symbolhandlungen einen festen Boden zu schaffen.

Heidi Müller, Pfarrerin und Sozialarbeiterin, wird mit uns anhand konkreter Erfahrungen und Beispiele darüber nachdenken, inwiefern das Schritt für Schritt Abschied nehmen eine Hilfe für die Trauerarbeit sein kann. Ein weiteres Augenmerk legt sie auf die Anteilnahme gegenüber Trauernden, die einen geliebten Menschen verloren haben.

Mittwoch, 19. März 2025, 15–17 Uhr **Alter als Chance – Wege zu einem Miteinander ohne Diskriminierung**

Altersdiskriminierung bleibt oft unbemerkt, obwohl sie in vielen Lebensbereichen spürbar ist. Gleichzeitig steht unsere Gesellschaft vor grossen Veränderungen: Die Digitalisierung mit künstlicher Intelligenz beschleunigt unseren Alltag, bargeldloses Bezahlen wird zur Norm, und ein angespannter Wohnungsmarkt fordert kreative Lösungen. Dazu kommt eine demografische Entwicklung, die unser Zusammenleben prägt: Bis 2050 wird die Zahl der über 80-Jährigen in der Schweiz mehr als doppelt so hoch sein wie heute.

Wie können wir diese Herausforderungen bewältigen und das Alter als Ressource begreifen, statt es als Belastung zu sehen? Dieser Input beleuchtet, wie ältere Menschen in einer dynamischen Gesellschaft selbstbestimmt und wertgeschätzt leben können. Mit konkreten Beispielen, spannenden Ansätzen und einem positiven Blick auf die Vielfalt des Alters zeigen wir, wie ein diskriminierungsfreies und generationenübergreifendes Miteinander gelingen kann.

Gemeinsam gestalten wir das Alter als Chance – für alle Generationen.

Simon Gerber, Bereichsleiter Sozialberatung bei Pro Senectute Luzern

Mittwoch, 18. Juni 2025, 15–17 Uhr **Patientenkompetenz – Was kann ich selber für mich tun?**

Die moderne Medizin ist enorm leistungsfähig. Vieles was früher undenkbar war, ist heute möglich. Die Menschen, welche im Gesundheitswesen arbeiten, sind bestens ausgebildet. Da stellt sich die Frage nach der Rolle des Patienten in dieser hoch spezialisierten und leistungsfähigen Medizin. Der Patient als Objekt, der die Segnungen der Medizin dankbar entgegennimmt? Der «seinen Körper im Spital abliefern», damit er repariert werde? Nein! Der Patient darf und soll eine aktive Rolle einnehmen. Er ist der Spezialist für sich selber, für sein Leben. Er kennt sich selber am besten, seine Werte, was ihm wichtig ist, was er für ein Umfeld hat und wohin er will. Mediziner und Medizinerinnen sind Spezialisten für die Krankheiten und die Patienten und Patientinnen sind Spezialisten für sich selber. Patientenkompetenz will die Patienten und Patientinnen in der Wahrnehmung dieser Rolle als Spezialisten und Spezialistinnen für sich selber fördern und stärken. Es geht um die Aspekte Selbstbewusstsein, Selbstverantwortung und Selbstbestimmtheit. Was das konkret für mich als Patient bedeutet und was ich selber für mich tun kann, das ist das Thema dieses Après-Midi.

Walter A. Wuillemin, Prof. Dr. med. Dr. phil. war über 20 Jahre Chefarzt am Luzerner Kantonsspital. Er arbeitet nun am Kantonsspital in Teilzeit als Arzt mit Sprechstunde für Patienten mit Blutkrankheiten und engagiert sich für die Anliegen der Patienten im Bereich Patientenkompetenz, Patienten-Empowerment und Stärkung der Patienten Verantwortung bei chronischen Erkrankungen.

L'Après-Midi

L'Après – Midi ist eine Veranstaltungsreihe für Menschen, die schon viel erlebt und noch viel zu bieten haben. Für Menschen, die gerne zuhören, mitreden und den eigenen Lebensthemen in einer anregenden Atmosphäre nachgehen wollen.

Die Nachmittage dauern jeweils ca. 2 Stunden. Nach dem Impulsreferat einer interessanten Persönlichkeit können die Zuhörerinnen und Zuhörer Fragen stellen und im Plenum über das fokussierte Thema diskutieren. Die Veranstaltungen sind moderiert und kostenlos.

Wenn Sie neugierig sind auf spannende Themen und andere Menschen, dann sind Sie hier am richtigen Ort. Wir freuen uns auf Sie!